

Vacaciones: 58% siente que no alcanzan para superar su agotamiento

El estudio “Radiografía de las vacaciones de los trabajadores”, elaborado por la Mutual de Seguridad, reveló que el 58% de las personas declara que las vacaciones no son suficientes para superar su agotamiento.



En esa misma línea, el 55%

considera que necesita vacaciones con mucha más urgencia que en años anteriores, el 47% reporta sentirse más cansado que el año anterior, el 22% no ha vacacionado en más de dos años, duplicando la cifra de 2023.

Además, el tiempo promedio de descanso se reduce: el 42% toma una semana o menos de vacaciones, lo que supera a quienes toman dos semanas (31%) o más de tres (27%). Este panorama contradice la preferencia del 60% de los encuestados por vacaciones largas, lo que sugiere un desajuste entre las necesidades de descanso y las condiciones laborales actuales.

Según las experiencias de las personas trabajadoras, el 53% no utiliza sus días de vacaciones debido a factores como la decisión de acumularlos (38%), la falta de dinero (28%) o las exigencias laborales, como la escasez de personal (20%) y el exceso de trabajo (17%).

Además, el 26% afirma mantener una fuerte conexión con el trabajo en sus días libres, mientras que el 36% consigue lograr una desconexión total durante las vacaciones. Por otro lado, el 38% señala estar mayormente desconectado, aunque permanece atento a posibles urgencias.